Asociația "HandHope"
Str. Băltăreţu nr. 565
147240 - Peretu
jud. Teleorman
IMPRIMAT

T.P.
POSTA ROMANA
NR. 109 / A / 046 / 2017
Valabilitate - anuală
ALEXANDRIA 1

„Gândește-te la ceea ce ai,
nu la ceea ce ai pierdut"

ÎMPREUNĂ

Revistă specială de informare și inspirație
pentru oameni speciali

Octombrie 2017
Se distribuie gratuit
Nr. 176

„Domnul să-ţi fie desfătarea, şi El îţi va da tot ce-ţi dorește inima."
Psalmi 37:4

Editorial

Votul crucial al Parlamentului European privind Actul Accesibilității

Material tradus si prelucrat:
Lavinia Elena Niculicea

Membrii Parlamentului European (deputații) au votat ieri, 14 septembrie 2017, în sesiunea plenară amendamentele propuse de Forumul European al Dizabilității la Actul accesibilității. Parlamentul și-a adoptat poziția finală înainte de a începe negocierile cu Consiliul. EDF și membrii săi au făcut o campanie pentru a convinge deputații europeni să asculte vocile cetățenilor lor și să adopte un act ambițios privind accesibilitatea.

continuare în pag. 2

DIN CUPRINS:

Singura femeie tetraplegică care... - pag. 3
Mie îmi vorbește Dumnezeu? - pag. 4
Octavian Paler - Am învățat... - pag. 6
Un mod de viață: As. „Ridică-te și umblă" - pag. 7
E bine să știm - pag. 8
Litere de lege - pag.15
Bătălia care urmează - pag.16

Gândeşte-te la ceea ce ai, nu la ceea ce ai pierdut!

continuare din pag. 1

EDF menționează că va acorda tot timpul necesar pentru a examina amendamentele și textul final și va reveni cu o analiză aprofundată. Între timp, aceasta este o scurtă actualizare a celor cinci priorități decisive pentru care a militat:

1. Aplicabilitatea actului privind accesibilitatea la alte acte ale Uniunii, cum ar fi achizițiile publice sau fondurile structurale ale UE [articolul 1 alineatul (3)].

Acest punct a fost adoptat, iar domeniul său de aplicare a fost, de asemenea, lărgit în comparație cu propunerea inițială a Comisiei Europene; acum toate legislațiile UE care menționează accesibilitatea ar trebui să fie aliniate la cerințele de accesibilitate din Actul accesibilității.

2. Adoptarea unei clauze puternice și obligatorii privind mediul construit [articolul 3 alineatul (10)].

Acest punct a fost adoptat, ceea ce înseamnă că cerințele de accesibilitate ale Actului privind accesibilitatea se vor aplica nu numai produselor și serviciilor, ci și mediului construit din jurul acestora, de exemplu nu ar trebui să fie accesibil numai un bancomat, ci și clădirea băncii în care bancomatul se află. Cu toate acestea, acest lucru se aplică numai clădirilor noi și renovate din domeniul serviciilor bancare, telefonice și de transport.

3. Aplicarea cerințelor privind accesibilitatea de către microîntreprinderi și întreprinderi mici și mijlocii (IMM-uri) (articolul 12)

Acest punct a fost respins. Microintreprinderile vor fi excluse din lege și nu vor trebui să-și facă produsele și serviciile (cum ar fi comerțul electronic și cărțile electronice) accesibile. În ceea ce privește IMM-urile, acestea ar trebui să notifice autoritățile în cazul în care produsele și serviciile lor nu sunt accesibile.

4. Accesibilitatea privind transportul

Au existat unele îmbunătățiri, dar unele cerințe importante privind definițiile au fost respinse. Aceasta înseamnă că mijloacele de transport importante, precum metrourile, tramvaiele sau autobuzele locale, sunt încă excluse din lege. Cu toate acestea, cerințele privind transportul din anexa I au fost îmbunătățite în comparație cu raportul inițial al Comisiei pentru piața internă și protecția consumatorilor (IMCO) și s-a confirmat că principalele cerințe privind accesibilitatea transportului vor rămâne în act.

5. Includerea cerințelor de accesibilitate specifice sectorului în anexa I.

La acest punct, au existat unele îmbunătățiri. EDF va oferi mai multe informații despre acest lucru odată ce va analiza amendamentele.

Raportul final a fost adoptat de 537 deputați în favoarea Parlamentului, 89 de abțineri și 12 împotrivă. Plenul Parlamentului a conferit raportorului actului privind accesibilitatea, eurodeputatul Morten Lokkegaard, mandat pentru a începe negocierile cu Consiliul cât mai curând posibil.

EDF apreciază sprijinul tuturor deputaților care au votat pentru amendamentele ce au consolidat textul legii.

„Ne exprimăm regretul că au fost omise câteva puncte esențiale. Vom continua să colaborăm cu membrii noștri în următoarele etape ale procesului pentru a consolida Actul. Acest proces va continua la Consiliu, dar și în timpul negocierilor dintre Parlamentul European, Consiliu și Comisia Europeană (trialog) în următoarele luni", subliniază reprezentanții Forumului European al Dizabilității.

-sfârșit-

SURSA: http://www.jurnal-social.ro/votul-crucial-al-parlamentului-european-privind-actul-accesibilitatii/
Preluat cu permisiune

SPONSOR: A.S.I. ROMANIA
CONTACT: Str. Mureşului, nr. 1, loc. Nazna, jud. Mureş, cod 547526 tel. 0265-320548;
www.asiromania.ro

Asociaţia "HandHope"
Burcea Aurel, str. Bălţăreţu nr. 565, loc. Peretu, jud. Teleorman, cod 147240,
Tel. 0765-365533 e-mail: aurelsda@yahoo.com
C.I.F. 14877902
Cod IBAN: RO80RNCB0245036735870001 B.C.R. Alexandria
ISSN 2360 - 6061
ISSN-L 2360 - 6061

Tipărită la Editura „Viață și Sănătate", tel. 021-3230020 și 0740-101034

Nathalie McGloin

singura femeie din lume tetraplegică care gonește pe pistele circuitelor la volanul celui mai puternic Porsche

Lavinia Elena Niculicea

Există oameni care sfidează destinul, oricât de dur ar fi acesta. Nathalie McGloin este un astfel de om. Când avea 16 ani, ea fost implicată într-un accident de mașină, în urma căruia a suferit leziuni serioase ale măduvei spinării. Însă această întâmplare nefericită nu a împiedicat-o să-și urmeze pasiunea pentru viteză și adrenalină.

Nathalie este o persoană puternică și curajoasă care a sfidat toate convențiile pentru a conduce mașini de curse. De fapt, ea este prima femeie care a obținut o licență de pilot de curse în Regatul Unit, cu toate că este paralizată de la brâu în jos. Când oamenii i-au spus că ea nu va putea niciodată să concureze și că nu ar trebui să-și cumpere un Porsche 911, ea a dorit să le dovedească că se înșeală. În prezent, ea gonește pe pistele circuitelor la volanul celui mai puternic Porsche, un Porsche Cayman S, care a fost modificat într-un mod fascinant pentru a se adapta condiției ei fizice.

Nathalie iubește provocările, le acceptă cu o energie exuberantă și nu ezită să iasă din rutină. Ea și-a făcut un obicei din a-și testa limitele, ceea ce a ajutat-o nu doar să șofeze cele mai tari mașini, dar și să urmeze studii superioare la Universitatea din Nottingham. În timpul facultății, Nathalie a început să joace rugby în scaun rulant, obținând un loc în echipa națională. Într-o zi, o colegă de echipă a invitat-o pe un circuit de raliuri, iar ea a fost captivată. De atunci, și-a dorit să conducă o mașină de curse și să facă performanță.

„Pentru mine, nu este nimic mai încurajator decât faptul de a conduce o mașină de curse în jurul unui circuit", a spus ea.

Nathalie a subliniat că dacă ar putea oferi această experiență altor persoane, ei ar putea ieși din zona lor de confort și ar putea face lucruri pe care nu le-au considerat posibile. Odată ce persoana ajunge în acea mașină, nu se mai simte în dezavantaj față de nimeni altcineva.

Pentru moment, ambițiile ei sunt modeste: să încheie sezonul, să-și actualizeze licența și să continue să participe la campionate. Dar, pe termen lung, obiectivele lui Nathalie merg mult mai departe.

„Există o echipă numită „Mission Possible" – fără legătură cu Mission Motorsport – din care fac parte toți utilizatorii de scaune rulante cu leziuni ale coloanei vertebrale. Ei au concurat în cursa „Dubai 24 Hours" din acest an, iar eu am fost acolo să-i susțin. Aceștia își doresc să concurez alături de ei, ceea ce ar fi fantastic. Ambiția mea cea mai mare este să obțin licența internațională. Le-am văzut reacțiile când au trecut linia de sosire și m-am gândit că vreau să simt și eu ceva similar", a povestit Nathalie.

Nathalie este mândră de ceea ce a obținut până acum – și pe bună dreptate deoarece ea a devenit singura femeie din lume tetraplegică care conduce mașini de curse. Însă ceea ce o însuflețește pe Nathalie cel mai mult este sentimentul de eliberare pe care i-l dă cursa.

„Când ești pe pistă cu șoferi sănătoși, nu mai ești un utilizator de scaun rulant, ci un alt concurent. Simți libertatea după care ai tânjit atâta timp", a spus ea. Vrei să fii văzut ca o persoană, nu o persoană cu dizabilități".

-sfârșit-

Sursa: http://www.jurnal-social.ro/singura-femeie-din-lume-tetraplegica-care-goneste-pe-pistele-circuitelor-la-volanul-celui-mai-puternic-porsche/
Preluat cu permisiune

„Degeaba ştii să citeşti dacă nu ai citit niciodată Biblia!”

Mie îmi vorbește Dumnezeu?

Nicu Butoi

„Vorbește, Doamne!“

Acestea sunt celebrele cuvinte, inspirate de preotul Eli, spuse de copilul profet Samuel atunci când Domnul i-a vorbit [1 Samuel, capitolul 3]. Sunt cel puţin două lecţii mari care se desprind din acest atât de semnificativ episod.

Prima mare lecţie este că Domnul i Se poate descoperi cuiva indiferent de nivelul lui de cunoaștere și de recunoaștere a Cuvântului Său. Samuel primește mesajul, dar nu Îl cunoaște pe Cel care este Autorul acestui mesaj. Orbul este vindecat, dar nu Îl cunoaște pe Cel care l-a vindecat: „Iisus a auzit că l-au dat afară; şi, când l-a găsit, i-a zis: «Crezi tu în Fiul lui Dumnezeu?» El a răspuns: «Şi cine este, Doamne, ca să cred în El?»“ [Ioan 9:35-36] Aici găsim o mare încurajare: nu trebuie să ajungem la un anumit nivel de înţelegere sau iniţiere ca să putem auzi glasul Domnului. El i Se va descoperi fiecăruia, acolo unde se află şi în condiţia în care se găsește dacă își dorește și crede cu adevărat acest lucru. Așa se explică ceea ce Domnul spune prin Maleahi: „Căci de la răsăritul soarelui până la asfinţit, Numele Meu este mare între neamuri şi pretutindeni se arde tămâie în cinstea Numelui Meu şi se aduc daruri de mâncare curate; căci mare este Numele Meu între neamuri, zice Domnul oştirilor.“ [Maleahi 1:11] Așa se face că „Vor veni de la răsărit şi de la apus, de la miazănoapte şi de la miazăzi şi vor şedea la masă în Împărăţia lui Dumnezeu.“ [Luca 13:29]

A doua mare lecţie este aceea că e posibil ca sfatul de a asculta vocea lui Dumnezeu să vină de la cineva care nu trăiește cuvântul pe care-l prezintă, cum era cazul lui Eli. Necredincioșia învăţătorului nu va face cu niciun chip Cuvântul în sine mai puţin adevărat: „Atunci Iisus, pe când cuvânta gloatelor şi ucenicilor Săi, a zis: «Cărturarii şi fariseii şed pe scaunul lui Moise. Deci toate lucrurile pe care vă spun ei să le păziţi, păziţi-le şi faceţi-le; dar după faptele lor să nu faceţi. Căci ei zic, dar nu fac.” [Matei 23:1-3]

Mărturie concertată

Printr-un singur punct pot trece o infinitate de drepte în diferite direcţii. De aceea, mărturia despre natura revelaţiei şi a mesajului trebuie luată din mai multe surse: „Planurile nu izbutesc când lipseşte o adunare care să chibzuiască, dar izbutesc când sunt mulţi sfetnici.“ [Proverbe 15:22] Alături de Biblie avem mărturia naturii, a experienţei personale, a istoriei, sfatul celor oneşti şi cu experienţă în domeniu şi, nu în ultimul rând, avem conștiința noastră. Totuși discernerea glasului și a voii lui Dumnezeu în domeniul spiritual ar fi de neconceput fără mărturia Duhului Sfânt: „Dar omul firesc nu primeşte lucrurile Duhului lui Dumnezeu, căci pentru el sunt o nebunie; şi nici nu le poate înţelege, pentru că trebuie judecate duhovniceşte.“ [1 Corinteni 2:14]

A încredința identificarea glasului lui Dumnezeu unui singur mijloc este mai mult decât riscant. Simpla deschidere a Bibliei, tragerea unui bileţel sau sfătuirea cu o persoană aflată sub influenţa ta sau sub influenţa emoţiei ignoră bogăţia de multe alte mijloace pe care le-a lăsat Dumnezeu spre confirmarea sau infirmarea descoperirii. Aceasta înseamnă nu a-L consulta pe Domnul, ci a-I trasa un drum Celui Atotputernic și a încerca să-L constrângem să ne răspundă pe calea stabilită de noi. Și mai primejdios este când cineva are pretenţia și infatuarea unei revelaţii nemijlocite și independente de toţi ceilalţi oameni ai lui Dumnezeu și de toate mijloacele de recunoaștere pe care le-a pus El la dispoziţia noastră. Poate a scăpat observaţiei faptul că destinatarul revelaţiei divine nu este la singular, ci la plural: „Nu, Domnul, Dumnezeu nu face nimic fără să-Şi descopere taina Sa slujitorilor Săi proroci.“ [Amos 3:7]

Gimnastică la bară

Condiția capitală și eliminatorie a gimnasticii la bară nu este conţinutul exerciţiului, ci echilibrul. Cel mai sofisticat spectacol poate degenera în ridicol dacă gimnasta își pierde echilibrul. Trăim aceeași experienţă în ceea ce privește recunoașterea glasului lui Dumnezeu. Cele mai bune intenţii și cele mai

continuare în pag. 5

continuare din pag. 4

alese planuri se grăbesc spre eşec dacă nu este păstrat echilibrul între diversele posibilităţi.

De-a lungul timpului, lucrul cel mai greu pentru mine nu a fost identificarea voii lui Dumnezeu într-o anumită situaţie, ci a fost găsirea acelei stări de echilibru, de neînclinare într-o parte sau în alta, ci doar spre Dumnezeu, starea în care să pot auzi şi vedea limpede şi liber glasul Lui. Îmi place să observ frunza de plop atunci când vântul s-a liniştit complet. Cu şi pentru această stare am de luptat în rugăciune. Fiecare pas şi act al vieţii constituie un fel de intersecţie complicată: „Multe căi i se par bune omului, dar la urmă duc la moarte." [Proverbe 16:25]

Nu trăiesc experienţa păcii sufleteşti până nu găsesc acea stare de eliberare de orice înclinaţie spre pozitiv sau negativ şi până nu îmi fixez privirile inimii nu asupra perspectivei, ci asupra Celui care deţine adevărul despre acea perspectivă. Aceasta este adevărata luptă pe care trebuie s-o purtăm atunci când cerem şi ne rugăm pentru descoperirea voinţei lui Dumnezeu, şi voinţa Lui este ca noi să fim binecuvântaţi şi să fim o binecuvântare. Acesta este criteriul voinţei lui Dumnezeu, şi în faţa acestui criteriu trebuie să venim cu inima neîmpărţită, după cum ne îndeamnă Iacov: „Apropiaţi-vă de Dumnezeu, şi El Se va apropia de voi. Curăţiţi-vă mâinile, păcătoşilor; curăţiţi-vă inima, oameni cu inima împărţită!" [Iacov 4:8]

Prezenţa sau acţiunea prejudecăţii sau a mentalităţii învechite şi nerealiste, după „chipul veacului acestuia", inima împărţită între voinţa omului şi voinţa lui Dumnezeu, acestea şi altele alături de ele vor compromite revelaţia Duhului şi puterea evidenţelor. Este o uriaşă diferenţă între a vedea lucrurile printr-o „maramă" obscură sau într-o oglindă oxidată ori a le vedea „cu faţa descoperită" [2 Corinteni 3:18]. Este acelaşi fel de diferenţă ca în căutarea voii lui Dumnezeu „de silă", „de ochii lumii", sau „din toată inima".

Poate am o anumită dorinţă personală. Pot să vin cu ea înaintea Domnului? Absolut. Dumnezeu iubeşte iniţiativa sfinţită şi binecuvântată în viaţă şi o încurajează: „Domnul să-ţi fie desfătarea, şi El îţi va da tot ce-ţi doreşte inima." [Psalmi 37:4] De unde ştiu că ceea ce îmi doresc eu este bine sau nu? Tocmai din faptul că Domnul îţi este desfătarea, adică plăcerea şi bucuria vieţii tale, tot ce vei face şi vei dori să faci va fi în acord cu voinţa Sa. Această stare de lucruri va curăţi cugetul de „faptele moarte" şi îl va încuraja spre „faptele neprihănite ale sfinţilor" [Apocalipsa 19:8]. Aceasta este armonia muzicii înălţătoare şi vindecătoare între cum privim pe Domnul şi ce ne doreşte inima. Aceasta este echivalentul îndemnului: „Să aveţi în voi gândul acesta, care era şi în Hristos Isus." [Filipeni 2:5] De aceea Pavel insistă pentru „înnoirea minţii" [Romani 12:2] prin procesul de admirare a „chipului Său" [2 Corinteni 3:18].

Ignorare

Există vreo situaţie în care suntem înclinaţi să nu căutăm şi să nu ţinem seama de voia lui Dumnezeu? Da, atunci când ştim că ceea ce dorim sau intenţionăm să facem este în conflict cu voinţa expresă a lui Dumnezeu. Moise nu Îl consultă pe Domnul în faţa stâncii, pentru că este grăbit, neînduplecat şi prea hotărât să lovească. Purtarea lui se numeşte, în termenii lui Dumnezeu, „n-aţi crezut în Mine, ca să Mă sfinţiţi" [Numeri 20:12]. Din poziţia lor de conducători, exemplul lui Moise şi al lui Aaron de a acţiona „înaintea copiilor lui Israel" fără să consulte voia lui Dumnezeu este aşa de grav, încât Domnul spune: „Nu voi veţi duce adunarea aceasta în ţara pe care i-o dau." [Numeri 20:12]

Viaţa lui David este asociată aproape în totul cu marea şi frumoasa lui grijă de a-L întreba pe Domnul. Spun „aproape în totul" pentru că această grijă lipseşte din episodul cu Batşeba şi această lipsă este, de fapt, singura explicaţie pentru acea tristă pagină din viaţa împăratului. Aşadar cineva poate lua hotărâri fără Dumnezeu? Da, poate, dar va fi vai de el: „Vai – zice Domnul – de copiii răzvrătiţi, care iau hotărâri fără Mine, fac legăminte care nu vin din Duhul Meu şi îngrămădesc astfel păcat peste păcat!" [Isaia 30:1] Şi tocmai ca să fie evitat acel „vai" doreşte Dumnezeu să ne descopere voia Lui. Care este semnul după care pot să merg înainte cu gândul sau planul meu ori trebuie să mă opresc? Este pacea sau lipsa ei, fiindcă „Dumnezeu nu este un Dumnezeu al neorânduielii [confuziei, conform KJV], ci al păcii…" [1 Corinteni 14:33]

Cunoaşterea voii lui Dumnezeu „nu atârnă nici de cine vrea, nici de cine aleargă, ci de Dumnezeu, care are milă" [Romani 9:16]. Ea se întemeiază nu pe abilitate, nici pe statutul cuiva, ci pe făgăduinţa cea bună a Dumnezeului nostru: „Urechile tale vor auzi după tine glasul care va zice: «Iată drumul, mergeţi pe el!», când veţi voi să vă mai abateţi la dreapta sau la stânga." Isaia 30:21.

-sfârşit-

SURSĂ: Semnele timpului, mai 2015, ediţie tipărită: https://semneletimpului.ro/religie/spiritualitate/mie-imi-vorbeste-dumnezeu.html

Am învățat

Octavian Paler

Am învățat unele lucruri în viață pe care vi le împărtășesc şi vouă!!

Am învățat că nu poți face pe cineva să te iubească, tot ce poți face este să fii o persoană iubită. Restul... depinde de ceilalți.

Am învățat că oricât mi-ar păsa mie, altora s-ar putea să nu le pese.

Am învățat că durează ani să câştigi încredere şi că doar în câteva secunde poți să o pierzi.

Am învățat că nu contează CE ai în viață, ci PE CINE ai.

Am învățat că te descurci şi ți-e de folos farmecul cca. 15 minute, după aceea, însă, ar fi bine să ştii ceva.

Am învățat că nu trebuie să te compari cu ceea ce pot alții mai bine să facă, ci cu ceea ce poți tu să faci.

Am învățat că nu contează ce li se întâmplă oamenilor, ci contează ceea ce pot eu să fac pentru a rezolva.

Am învățat că oricum ai tăia, orice lucru are două fețe.

Am învățat că trebuie să te desparți de cei dragi cu cuvinte calde, s-ar putea să fie ultima oară când ii vezi.

Am învățat că poți continua încă mult timp după ce ai spus că nu mai poți.

Am învățat că EROI sunt cei care fac ce trebuie, când trebuie, indiferent de consecințe.

Am învățat că sunt oameni care te iubesc, dar nu ştiu s-o arate.

Am învățat că atunci când sunt supărat am dreptul să fiu supărat, dar nu am dreptul să fiu şi rău.

Am învățat că prietenia adevărată continuă să existe chiar şi la distanță, iar asta este valabil şi pentru iubirea adevărată.

Am învățat că, dacă cineva nu te iubeşte cum ai vrea tu, nu înseamnă că nu te iubeşte din tot sufletul.

Am învățat că indiferent cât de bun iți este un prieten, oricum te va răni din când în când, iar tu trebuie să-l ierți pentru asta.

Am învățat că nu este întotdeauna de ajuns să fii iertat de alții, cateodată trebuie să înveți să te ierți pe tine însuți.

Am învățat că indiferent cât de mult suferi, lumea nu se va opri în loc pentru durerea ta.

Am învățat că trecutul şi circumstanțele ți-ar putea influența personalitatea, dar că TU eşti responsabil pentru ceea ce devii.

Am învățat că, dacă doi oameni se ceartă, nu înseamnă că nu se iubesc şi nici faptul că nu se ceartă nu dovedeşte că se iubesc.

Am învățat că uneori trebuie să pui persoana pe primul loc şi nu faptele sale.

Am învățat că doi oameni pot privi acelaşi lucru şi pot vedea ceva total diferit.

Am învățat că indiferent de consecințe, cei care sunt cinstiți cu ei înşişi ajung mai departe în viață.

Am învățat că viața îți poate fi schimbată în câteva ore de către oameni care nici nu te cunosc.

Am învățat că şi atunci când crezi că nu mai ai nimic de dat, când te strigă un prieten vei găsi puterea de a-l ajuta.

Am învățat că scrisul, ca şi vorbitul, poate linişti durerile sufleteşti.

Am învățat că oamenii la care ții cel mai mult îți sunt luați prea repede...

Am învățat că este prea greu să-ți dai seama unde să tragi linie între a fi amabil, a nu răni oamenii şi a-ți susține părerile.

Am învățat să iubesc ca să pot să fiu iubit..

-sfârşit-

O viață cu sens

GEORGE UBA - președinte
Asociația „Ridică-te și umblă”

Să nu vă potriviţi chipului veacului acestuia,
ci să vă prefaceţi, prin înnoirea minţii voastre,
ca să puteţi deosebi bine voia lui Dumnezeu:
cea bună, plăcută şi desăvârşită.
Rom. 12,2

Într-o zi, pe când aveam patru anișori, eram în bucătărie cu mama, care făcea niște gogoși. Mi-era foame, dar și poftă să înfulec una. Așa că i-am spus mamei să-mi dea o gogoașă. Ea mi-a argumentat că sunt doar cocă și că nu au ajuns în tigaie să se facă. Eu am insistat să-mi dea una s-o mănânc. Mama mi-a spus că nu se mănâncă crude și că îmi face rău. Eu am început să plâng și să strig să-mi dea măcar una. M-am tăvălit pe jos, am urlat, am dat cu pumnul în podea. Mama a cedat. M-a lăsat să iau acea bucată de cocă ce n-a ajuns în tigaie. Nu era bună nici la gust și nici nu aluneca bine în stomac. Dar mă prefăceam că e bună și am mâncat jumătate din ea. Mai târziu plângeam de dureri de stomac, dar mi-am făcut voia! Am obținut ce-am vrut când am vrut! Dar cu ce preț! Dacă aș fi așteptat câteva minunte să iasă din tigaie ar fi fost tare bine.

Tânjim ca fiecare clipă a vieţii noastre să fie plină de sens. Am dori ca evenimentele din viaţa noastră să fie fericite şi favorabile nouă. Şi totuşi trăim o dramă a incapacităţii de a reconcilia prezentul, cu trecutul şi cu viitorul pe care ni-l proiectăm.

Deodată ni se pare că clipa prezentă nu mai are sens:

- Ordinea lucrurilor se strică
- Aştept să vină binele şi vine răul
- Starea de sănătate personală se deteriorează
- În loc să fiu preţuit sunt detestat
- Atitudinea altora mă ofensează
- Sunt refuzat în cererile mele
- Regulile sunt încălcate în faţa mea şi în dauna mea
- Condiţiile existenţiale se deteriorează şi ele, nu mai am casă, părinţii mă tratează necorespunzător, prietenii mă vorbesc de rău, etc.

În această lume sensurile sunt inversate: binele este numit rău şi răul bine. În ordinea firească, naturală, a răspunde la cuvinte nedemne cu cuvinte urâte este OK. A respinge pe cei ce te resping este normal. A urî pe cei ce te urăsc este drept. A dispreţui pe cei vrednici de dispreţ e corect. A te răzbuna este o virtute. Motivul invocat este de a restabili dreptatea. În momentul în care un creştin face la fel, el vrea să sugereze că nu există un alt sens dat vieţii decât acesta – dinte pentru dinte. Oamenii sunt programaţi să facă răul. Noi toţi suntem sub aceeaşi programare, care ne face viaţa fără sens.

Cu cât vom încerca să dăm sens lucrurilor din afara noastră în detrimentul celor dinlăuntru, din inima noastră, cu atât ne vom afunda în viaţa fără sens, chiar dacă ne vom numi oameni onorabili. E nevoie de o reprogramare a vieţii noastre şi aceasta trebuie să înceapă mai întâi cu mintea şi inima noastră. Este o soluţie viabilă, frumoasă, cu care suntem de acord. Dar merg acasă şi, cu tot entuziasmul meu de a fi alt om, cu sens imediat şi de durată, totuşi trag o ceartă cu vecinul meu care de atâtea ori m-a inundat şi care mai are tupeul să scuture preşurile lui peste balconul meu. Invitaţia este corectă de a mă reprograma, dar nu se realizează, nu face sens. Care e problema?

continuare în pag. 13

Mica enciclopedie de sănătate
E bine să stim

Lipidele

Articol prelucrat de **Mârzac Diana - Maria**
Asistent Director Fundaţia Alinare

Corpul nostru ar putea fi pus între minunile lumii, fiind atât de complex încât abia dacă reuşim să cunoaştem frînturi de lecţii din interiorul acestei maşinării vii.

Şi totuşi cunoaştem suficient despre ea încât să ştim să o îngrijim corespunzător şi să ne dezvoltăm din ce în ce mai frumos aplicând ceea ce cunoaştem deja.

Ca în orice alt domeniu, şi în ce priveşte nutriţia dacă nu suntem dispuşi să asimilăm ceea ce ştim, nu vom putea înţelege alte lucruri mai complexe.

A venit rândul lipidelor la strigarea catalogului de substanţe care ajută la buna funcţionare a organismului. Da, aţi citit bine, lipidele ajută la buna funcţionare a organismului. Şi vom argumenta mai jos şi de ce.

În primul rând grăsimile sau lipidele sunt compuşi chimici care au o proprietate comună şi anume nu se pot dizolva în apă, aşa cum o fac majoritatea substanţelor. Cum organismul uman este constituit din 75% apă, trebuie să înţelegem că are nevoie de o cantitate limitată de grăsime, întrucât dizolvarea în apă şi suc gastric nu constituie mediul potrivit pentru lipide.

Există mai multe tipuri de lipide. Principalele categorii sunt: lipidele simple (sau trigliceridele) şi lipidele compuse (sau lipoide).

Trigliceridele sunt acele substanţe responsabile de favorizarea bolilor coronariene, de blocarea circulaţiei sângelui şi a oxigenului către creier, inimă, intestin, şi nu numai, datorită existenţei colesterolului negativ (LDL), care se prinde uşor de pereţi.

Trigliceridele sunt cele care fac parte din "sindromul rezistenţei la insulină", care distruge arterele, prevesteste diabetul şi dăunează funcţiei mintale. De reţinut că alcoolul şi zahărul ridică acest nivel al trigliceridelor.

Lipoidele ca lecitina, cefalina, sfingomielina, îndeplinesc funcţii importante, în special în ţesutul nervos. În structura lor intră şi gliceridele şi acizii graşi.

Acizii graşi sunt la rândul lor acizi graşi saturaţi (de obicei de provenienţă animală) şi acizi graşi nesaturaţi (sursa principală fiind vegetalele: nucile, migdalele, fructele uscate oleaginoase, germenii cerealelor).

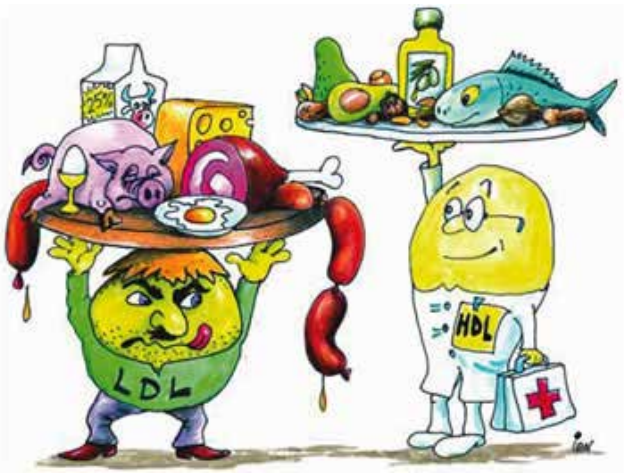
Acizii graşi saturaţi sunt grăsimile cele mai periculoase, provenite din alimente de origine animală (carne, lapte, brânză, unt, ouă). Cresc colesterolul, împiedică activitatea de dizolvare a cheagurilor, sângele devine tot mai gros, în acest fel pregătind calea pentru atacuri de cord şi accidente vasculare cerebrale.

Acizii graşi nesaturaţi sunt de două tipuri: mononesaturaţi (ulei de măsline, de in, măsline,

continuare în pag. 9

continuare din pag. 8

avocado, migdale, alune) și polinesaturați (uleiurile vegetale, semințele, cerealele, legumele) și sunt de preferat pentru organism. Câteva dintre efectele benefice sunt: protecție împotriva bolilor cronice prin scăderea LDL și cresterea HDL (colesterolul bun), scade ușor tensiunea arterială, ameliorează fluxul sanguin, ajută la normalizarea glicemiei la diabetici, scade riscul bolilor canceroase.



Trebuie să înțelegem un principiu: Dumnezeu ne-a oferit hrana cea mai bună încă de la început, creând plantele. Și dorește să învățăm să folosim simplitatea lor pentru a ne hrăni organismul atât de complex. De ce? Pentru că acestea produc reziduuri și toxine puține, care sunt ușor de eliminat pentru organism.

Beneficiile utilizării acestor acizi nesaturați? Promovează sănătatea la nivelul pielii și firelor de păr, stimulează funcționarea cerebrală și hrănește sistemul nervos.

De fapt grăsimile, ca și proteinele sunt folosite pe post de "blocuri de construcție" și "combustilbil" pentru organism: căptușesc anumite organsime vitale, în combinație cu diferite proteine ajută la hrănirea organsimului, protejează creierul, ingredient de bază pentru formarea unor hormoni, iar în piele ajută la formarea vitaminei D, prin expunere la soare.

În medie, se consideră că omul are nevoie de 14 g de grăsime pe zi pentru a-și acoperi necesarul.

Ce se întâmplă dacă mănânci mai mult de atât?

Nu trebuie să fii om de știință ca să îți dai seama de efectele consumului excesiv de grăsimi, obezitatea fiind unul din consecințele cele mai vizibile. Pe lângă acesta, ateroscleroza, diabetul, bolile canceroase, litiaza biliară, artrozele, sunt doar câteva dintre cele mai răspândite boli.

De fapt obezitatea este forma avansată de alarmă pe care organismul o utilizează pentru a sugera că ceva nu este în ordine și că trebuie luate măsuri de urgență pentru remedierea situației.

Colesterolul negativ despre care se vorbește atât de mult face parte din categoria trigliceridelor, de care se pare că nu avem nevoie. S-a descoperit că organismul, chiar în lipsa acizilor grași proveniți din alimente de origine animală, produce singur colesterolul de care are nevoie.

De aceea este foarte important să consumăm alimente vegetale, care nu conțin colesterol și care favorizează crearea de colesterol bun.

În ciuda faptului că știm care sunt consecințele utilizării unei alimentații bogate în grăsimi, foarte puțini suntem dispuși să renunțăm la gust și la obiceiurile deficitare moștenite, scurtându-ne în acest fel viața.

Unele dintre cele mai toxice activități în alimentație sunt utilizarea prăjelilor si rafinării uleiului.

Unul dintre cele mai benefice activități în alimentație este consumarea de alimente vegetale crude care au în componența lor antioxidanți, acei soldățel antrenați să elimine din organism toxinele.

Rămâne la alegerea noastră limitarea consumului de grăsime, pentru o viață lungă, cât mai activă și mai sănătoasă!

Să ne luăm timp pentru deciziile cele mai bune și pentru formarea de noi obiceiuri de alimentație care să ne ajute organismul și în mod special creierul, organul de comandă!

-sfârșit-

DUMNEZEU INEGALABIL

Cine a zis: că pe pământ
Vor fi toate câte sunt?
Cine a zis: ca să se închege
Toate tainele sub lege?

Cine a zis: Terei pământ?
Câte astre au fost și sunt?
Cine locuiește în ele?
Știe cineva să spere?

Cine a pus mai sus de nori
Stele planete și sori?
Nebuloase și comete
Ce omul abia le vede!!!

Cine le rotește toate
De se învârte zi și noapte
Univers cu galaxii
De se învârt în veșnicii?

Cine stă la cârma lor?
E un singur Autor
Este Domnul de temut
El pe toate le-a făcut.

În rotirea lor mereu
Preamăresc pe Dumnezeu
Fiindcă le-a creat pe toate
De se învârt zi și noapte.

Timp și spațiu-n univers
Este taină și pruces
Nu-i nimic la întâmplare
Fie lună fie soare.

Cel ce le-a făcut le știe
Cum să meargă cum să fie
Cât de mare masa le este
Cât de mult scade și crește.

Câți ani de lumină au
Câtă greutate dau
Și câți nuclei sunt în ele
Planetele, sori și stele.

Toate-s de la Dumnezeu
Făcute prin cuvântul Său
El a zis: și s-a făcut
Și comandă prin cuvânt.

Petrică Lupu
Țigănești

Talentul... nu cunoaste handicap!

DIN VALURILE LUMII

Isuse Sfânt Tu ești mereu
Stăpânul și Prietenul meu,
m-ai ridicat din grea pierzare
și numai Tu mi-ai dat iertare.

Din valurile lumii m-ai salvat,
M-ai ridicat, m-ai pus pe stâncă
și-o nouă viață Tu mi-ai dat,
Isuse...Domn și ÎMPĂRAT.

Când oamenii din jur m-au ocolit
Tu și-atunci, o Doamne, m-ai iubit!
M-ai smuls din păcatul nemilos
și m-ai spălat Isus Cristos.

Îți mulțumesc cu-adâncă plecăciune
că Te-ai jertfit Isuse pentru mine,
Ai sângerat în cuie răstignit,
căci pe mine prea mult m-ai iubit.

Doresc de-acum și până-n veșnicie
să-Ți slujesc Isuse numai Ție,
ajută-mă la cruce să privesc
să Te iubesc, să nu mă rătăcesc!

Maricica Cristea
Din vol. „Din valurile lumii”

ASCULTĂ-MI PORUNCA

Ascultă și învață să vorbești
Privește și dorește să clădești
Când trebuie să taci, să înțelegi
Privește și decide să taci.

Iar când simți că păcatul te fură
Chibzuiește și pune-ți lacătul la gură
Când simți că dușmanul te învinge
Tu păzește, candela minții, nu-ți stinge.

Cuminte, tăcută, așteaptă-ți biruința
Din nerăbdare nu smulge din suflet credința
Din creațiile tale, fă-ți aripi de fier
Demn, fericit, zboară cu ele spre cer.

Cidem Narcis Brâslașu
Din vol. „Steaua mea norocoasă Poezia”

DISPERAREA

Sunt cel mai negru-al satanei păcat
Care-i aduc fără de număr robi
Din oamenii ce pe pământ sunt orbi
Şi nu urmează al credinţei sfat.

Dumitru. Nicolae. Albu
Craiova

IARĂȘI TOAMNĂ

Iată că toamna a sosit la noi din nou,
Va sosi iarăși răceala și frigul său,
Cerul senin va fi întunecat de nori,
Căldura sobei va fi iarăși căutată de noi.

Florile cât de puternic se mai zbat,
Vântul toamnei cu putere le-a culcat,
Iar ele tare speriate se mai întreabă,
Cine oare la pământ le apleacă.

Tot așa oamenii se zbat în viață,
Când necazurile cu putere îi apleacă,
Atunci toamnă este-n sufletele lor,
Dar toamna va pleca că primesc ajutor.

Atunci cu putere iarăși se va ridica,
Sufletele lor de bucurie vor cânta,
De primim ajutor, nu va mai fi furtună,
Chiar dacă afară tună și fulgeră.

Toamna ca să fie cald de foc avem nevoie,
La focul sobei stăm în casă cu plăcere,
Dar și de căldura celorlalți avem nevoie,
Sufletele fericite vor fi de vor primi iubire.

Popescu Nicoleta
Argeș

VARA

Vara canicular a plecat,
Și triști ne a lăsat,
Atât de călduroasă și frumoasă a fost,

Cât la noi a stat și pe noi ne-a bucurat,
Cu raza soarelui, cu mirosu florilor,
Cu cântu privighetorilor,

Cine știe până la anu, când va reveni iară,
Câți din noi va mai găsi?
Și cu drag ne va mai încălzi,
Doar Dumnezeu va ști, ce va mai fi.

Chită Adriana
Bacău

AI FOST ÎNTÂIUL ȘIPOT

Tu m-ai nuntit cu soarele în zori
Și-a plâns atâta rouă peste flori,
Pe zile petrecute ai călcat
Cu sufletul durut și-nlăcrimat:

Când anii nemilos te-au năpădit
Și verdele speranței a pălit,
Și mult omăt la tâmpla ta s-a strâns
Ai fost întâiul șipot care-a plâns...

Laura Vega-Marcu
Din vol. O viață pentru o idee
Infinitul din palmă

DE DIMINEAŢĂ... CÂNDVA

De dimineaţă ziceam că nu te mai iubesc
Dară iubirea e semn ceresc, dumnezeiesc
Este ferice acela care nu din sentiment
Iubeşte, ci ca factor de principiu iminent.

El este cu zeităţi din cer simplu congruent,
Face din vis un lucru aprins şi consistent,
Şi-l toarnă în realitate ca un sincer divident,
Îşi primeşte soarta cu al ei factor intendent.

Se lasă inima oare să iubească practic?
Sau este ea un lucru grabnic venetic?
Cum pot fi eu astăzi iubirii un inamic?
De ce că n-am sărut, n-am nici măcar pic?

În amânare, în aşteptare, e un rost al lor
Se mulează, mai bine pe-nfrigurare decor
Atunci zic, iubesc şi bine şi dulce şi sincer
Dar poate tu iubito vii la mine în tandru fior.

Şi toate rănile la vorba caldă nu mai dor
Şi dispar îndoieli ca un lucru trecător
Şi se înfăţişează jarul foc ca un simbol
Şi iubirea e plină de farmec, e un pericol.

Şi tot cu astfel de chimie până în târziu
Ca să nu ne mai fie el geaba sufletul pustiu
Mi-am refăcut sentimentul cu mare dichis
Căci te iubeam dar m-am făcut că-s stins.

Diaconu Liviu

BUCURIA MÂNTUIRII

Dedic această poezie familiei Stan: Andrei, Anișoara, Valter și Marin

Bucuria Mântuirii,
Miracolul iubirii,
Iisus de păcat l-a iertat,
Cugetul este binecuvântat.

Dăruiește împlinire.
Speranță, Fericire.
Ghidează spre lumină.
Inima de iubire plină.

Statornică în credință.
Curaj prin biruință.
Cercetează mereu Adevărul.
Mărturisește pe Domnul.

Oferă slavă și mărire.
Cu Duhul Sfânt ajutătoare.
Ești podoaba sufletului.
Comoara aleasă a cerului.

A Evangheliei cercetare.
Strălucești ca un soare.
Dai răbdare și har.
Bucuria învinge iar.

Sufletul l-a mântuit Creatorul.
Vestea bună o dă Omul.
Zidește temelia nemuririi.
Urcăm scara izbăvirii.

Mincă Elena Gabriela
Alexandria

GAMERI

În stânga gameri,
În dreapta gameri,
Oriunde privești
Numai oameni
Tastând întâlnești,
Pietoni pe stradă
Care nu-s șoferi,
Ei privesc telefonul,
Trebuie să-i ocolești.
Pe stradă sau la rând
La supermarket
Ei sunt ocupați
Cu-n cinchet,
Deplasându-se
Cu telefonul în mână,
Prin societate
E ultima modă.
E hobby-ul lor aș zice,
Ce-i mai grav e că sunt
Pietoni pe trecere,
Aici este pericolul mare,
Șoferii nu prea au răbdare.
Gamerii circulă pe stradă,
Parcă-s somnambulii din poveste
Și joacă Pokemon Go laolaltă,
Nerealizând că totul e o iluzie.
Nu văd, nu aud,
Merg parcă în reluare,
Nimic nu mai există,
Doar ei și gadget-ul,
Cu ochii ațintiți în telefon
Văd doar fantasme
Ce îi cheamă pe tastatură
Cu degetul.

Adrian Spiridon Marin
Costești - Argeș

ARIPI OCROTITOARE

Dedicată nepoților mei

Nepoții mei sunt studenți, cu bursă de merit,
La facultatea bucuriei de a dărui!
Eu, călător ostenit de nopți nedormite,
cu masteratul despre tristețile lumii,
mă hrănesc cu prejudecăți și îndoieli majore ...
Lumea asta, unde, Rector este domnul Banu (cu „l")
și invidia Decan pe viață și pe moarte!.
... Noroc dumnezeiesc am primit, păcătos netrebnic ce sunt:
Când vin ei, nepoții mei, pot orice, știu tot ...
Sunt, precum ei doi:
Bucuros, puternic și fără vârstă!.
Ei, nepoții mei, două ferestre de – lumină albă – către infinit!.

Mulțumesc Ție, pentru darul bogat în nemurire!

Nicu Popcov
București

SĂ NE RUGĂM COMPATRIOȚI

Întotdeauna când am fost loviți,
Noi am întors și celălalt obraz,
Și ne-am rugat la Dumnezeu,
Ca să ne scape de necaz...

Turci și tătari, bulgarii, hunii,
Și-ai lui Ivan cel Groaznic, ruși,
Atâta și-au dorit, ca să ne vadă,
Îngenunchiați, umili, supuși.

Dar le-a fost greu să-ngenuncheze un popor,
Ce izvorăște din Daci și Romani,
Am rezistat și vom mai rezista,
Chiar dacă vom avea mereu dușmani!.

Te rog din suflet Doamne Sfinte,
Să nu abandonezi al meu popor,
Și dă-ne Pâinea și Cuvântul,
Ca să ne fie far călăuzitor.

Cucu Mitică

Talentul... Creația ta

.....Anunţuri de la cititori..... .....Anunţuri de la cititori..... .....Anunţuri de la cititori.....

Holtei Nicu Sandu

Acest anunt îl adresez cu predilecție celor bolnavi de DISTROFIE MUSCULARA. În urmă cu ceva timp am cunoscut un OM deosebit, care își dedică viața ajutându-și semenii. Din discuțiile purtate cu dumnealui despre problemele distroficilor {în mod special cu boala avansată}, a reieșit dorința dumnealui de a ne ajuta, luând în calcul înființarea unui centru special pentru distrofici. Pentru înființarea acestui lăcaș ar fi nevoie de minim zece persoane. Întreb, câți dintre voi ați fi dispuși să locuiți într-un astfel de loc?

Pentru mai multe detalii mă puteți contacta seara după ora 19, la numărul 0727-479699.

Deaconescu Adrian Dorel

Vreu să dau un anuț în revistă. Am nevoie de un ajutor să locuiesc într-o garsonieră singur. Am nevoie de bani că nu îmi ajunge pensia. Am nevoie de un ajutor financiar. Pe cont: RO57CECEHD0208RON0335058 BANKA CEC HUNEDOARA. NR.0774-042022.

Violeta

Vând fotoliu rulant (scaun cu rotile) cu WC inclus, reunește mai multe funcții, de scaun cu rotile pentru deplasări în interiorul sau exteriorul clădirilor, WC mobil, sau fotoliu pentru ședere la TV, la masă, în parc, etc. Un multifuncțional extrem de util unei persoane cu handicap locomotor - scaun cu rotile si WC. Căruțul este aproape nou, nu a fost folosit niciodată. Spătarul se poate regla, ce înclinație se dorește, sau se poate face pat. Cotierele se pot rabata spre spate. Lățime totală a căruțului 66 cm. Lățime șezut 46 cm. Preț 600 lei, negociabil

Persoana de contact și detalii: Violeta - telefon 0766-414770

Emilia

Rachin Florina solicită rugăciune, ajutor material și financiar. Are hemipareză și epilepsie și locuiește într-o casă foarte veche din chirpici. Cei care o puteți ajuta cu alimente, bani și orice altceva: str. Lalelelor, nr. 63, loc. Satchinez, Jud. Timiș, nr. tel. 0734-941219 sau 0745-750969 Rachin Florina.

Nota redacţiei: Responsabilitatea corectitudinii informaţiilor din anunţuri, aparţine în totalitate autorilor!

.....Anunţurile redacţiei..... .....Anunţurile redacţiei..... .....Anunţurile redacţiei.....

RUGĂMINTE RELUATĂ!

Mă gândesc că suntem atât de multe persoane cu dizabilităţi, aşa că ar fi extraordinar ca şi alţi semeni de-ai noştri, aflaţi în aceeaşi situaţie, să poată fi informaţi şi încurajaţi, aşa că vă rog din toată inima şi din tot sufletul, dacă cunoaşteţi astfel de colegi de suferinţă şi dacă doriţi ca şi ei să primească în fiecare lună, gratuit, prin poştă, această revistă, vă rog din toată inima să trimiteţi adresele lor poştale sau de e-mail.

Este cumplit de dureros că suntem atât de mulţi în această situaţie şi ar fi lipsă de dragoste şi împreună simţire ca, în descurajările, lipsurile şi necazurile noastre, să nu beneficiem cât mai mulţi de informaţiile, încurajările, optimismul şi speranţa pe care le putem primi prin această revistă.

În plus, gândiţi-vă că ar fi şi un frumos cadou şi o frumoasă surpriză pe care le-am făcea-o împreună!

Vă mulţumesc!

INVITAȚIE – APEL

Te-ai gândit că viaţa ta e un roman? Poate n-ai cutezat s-o priveşti aşa, dar acesta este adevărul. Pentru mulţi cititori ai revistei noastre, experienţele de viaţă relatate în ea sunt aşa de binefăcătoare.

Poate şi pe tine te-au încurajat sau ţi-au oferit sfaturi bune. Şi experienţa ta de viaţă contează pentru noi. Nu te gândi că este nesemnificativă, pentru că nu este aşa. Nu despre lucruri spectaculoase ţinem să scriem, ci şi de cele mici, dar care ne încurajează. Un mic succes pe care l-ai obţinut în lupta cu viaţa, poate fi şi pentru noi o încurajare. O inovaţie simplă pe care ai făcut-o şi pe care o împărtăşeşti revistei, poate ajuta vieţile a sute dintre noi.

Nu ezita să ne scrii despre viaţa ta, care poate ţi se pare nesemnificativă, dar care pentru noi poate fi un adevărat izvor de încurajare şi mângâiere.

Te aşteptăm în paginile revistei noastre!

.....Să ne rugăm pentru..... .....Să ne rugăm pentru..... .....Să ne rugăm pentru.....

Încă de la începutul apariţiei revistei, am primit cu mare bucurie sugestia unora dintre voi de a exista o asemenea rubrică în cadrul revistei noastre şi cu mare bucurie consemnez alte cereri de a ne ruga împreună pentru ceva sau pentru cineva anume.

Ştiu că este greu şi unora dintre noi chiar poate să li se pară ciudat sau chiar să-i deranjeze o asemenea rubrică (aşa aş fi simţit şi gândit eu în urmă cu câţiva ani), însă avem un Dumnezeu atât de minunat şi de dornic de a ne răspunde la rugăciune (ştiu din propria-mi experienţă), încât ar fi o lipsă de înţelepciune de a nu asculta de îndemnul Său de a ne ruga unii pentru alţii.

În plus, aceasta arată nu numai că avem încredere în El, ci şi că simţim unul cu celălalt, că ne pasă.

Solicit rugăciune pentru răscumpărarea vremurilor căsătoriei, binecuvântată cu copii, venirea fiului meu Teodor-Mihai și întoarcerea lui la tatăl său cu dragoste, inimă curată, cuget bun, să nu se mai împotrivească fosta soție cu părinții ei venirii la mine a lui Teodor-Mihai, și refacerea legăturii cu el.

Solicit și pentru mama mea Gheorghița. Este bolnavă, și medicii nu-i găsesc boala. Vă mulțumesc!

Florin Enea

Să ne rugăm pentru fiica mea Carmen care are probleme de sănătate Dumnezeu să lucreze pentru vindecare și pocăință.

Cătălina

Solicit rugăciune pentru prietena mea Mariana să accepte adevărul biblic și jertfa Domnului Hristos în dreptul ei.

Luminița

Solicit rugăciune pentru fata mea Narcisa. Dumnezeu să lucreze pentru pocăință.

Mariana

Să ne rugăm pentru sora Margareta are probleme de sănătate grave și nu se simte bine și pentru nepotul meu Ovidiu e la terapie intensivă la București.

Să ne rugăm pentru sora Viorica are probleme mari și delicate. Dumnezeu să o întărească să îi dea putere și credință să treacă peste toate.

Vă invit să trecem pe lista noastră de rugăciune și să ne rugăm pentru doamna Margareta din Craiova care are cancer în fază avansată. Prezența Duhului Sfânt să aducă Pacea Cerului în suflete!

Să ne rugăm pentru Mariana, Viorica S, Margareta, Cristi, Emilia și Fredy. Dumnezeu știe problemele fiecărei persoane. Să ne rugăm pentru pocăință, sănătate fizică și spirituală, răbdare și înțelepciune.

Să mijlocim înaintea Domnului și pentru domnul Iusti Ardelean din jud. Mureș care este bolnav. Domnul să intervină în dreptul acestor persoane alinând durerea și vindecând suferința întărind de asemenea pe cei din familiile lor!

Emilia Dinescu

Să continuăm să ne rugăm ca Bunul Dumnezeu să continue să lucreze la inima oamenilor, astfel ca revista să apară și în viitor.

Burcea Aurel – Peretu (Teleorman)

„Vă mai spun iarăș, că, dacă doi dintre voi se învoiesc pe pământ să ceară un lucru oarecare, le va fi dat de Tatăl Meu care este în ceruri.”
(Matei 18: 19)

.....Ridică-te și umblă..... .....Ridică-te și umblă..... .....Ridică-te și umblă.....

continuare din pag. 9

Noi am dori ca sensul imediat să fie împlinit acum. Să-mi fie bine acum! Să mi se vorbească frumos acum și mereu! Să am beneficii acum! Să am bucurii acum și mereu! Să tot primesc de la alții lucruri și atitudini favorabile acum! Noi vrem gogoașa crudă acum! Dar viața nu este așa.

Vorbeam despre nevoia de reprogramare în minte și inimă. Trebuie urgent schimbat modul de gândire, atitudinile și simțirea noastră. Voința e avariată, iar alegerile noastre sunt parcă dușmanii noștri. De ce? Pentru că noi suntem avariați în interiorul nostru, iar schimbarea se impune chiar acum.

Avem lângă noi pe Cineva, deseori nebăgat în seamă, care ne-a creat și care are drept de tată. Care vrea să ne dea gândurile Lui, voința și sentimentele Lui. Ar vrea chiar să-și facă o casă în inima noastră. Doar atunci când ne vom dărui pe noi înșine Celui care ne vrea schimbați și restaurați, doar atunci ne vom bucura cu adevărat și trăi cu rost indiferent de ce se întâmplă nefavorabil vieții noastre fizice în exterior. Atunci vom pricepe și vom trăi sensul vieții, iar în loc să vrem lucrurile noastre, vom dori lucrurile Lui, la timpul potrivit, când vrea El. Și așa cum ne dăruim Lui pentru înnoirea minții noastre, așa ne vom dărui și celor din jurul nostru, ca o expresie a adevăratei bucurii a vieții.

Faceți o probă, vă rog!

-sfârșit-

Mincă Elena Gabriela
Alexandria - Teleorman

Iubirea este cel mai sublim sentiment pe care l-a lăsat Dumnezeu pentru noi oamenii. Iubirea iartă totul. Creștinii care îi iubesc pe semeni și pe oamenii de lângă ei sunt mai buni, mai răbdători, mai înțelegători și mai îngăduitori. Iubirea înalță sufletul până la frumoasa Grădină a Edenului. Iubirea este cea mai mare virtute pe care Tatăl Creator ne-a dăruit-o nouă tuturor. Cine iubește mult acela se sacrifică pentru semenii lui și nu așteaptă nici o recompensă de la nimeni. Iubirea învinge toate barierele și greutățile vieții. Doar ea, Iubirea, ne dă aripi să zburăm sus, tot mai sus, până la Trinitatea Sfântă și acolo, în cer, să primim diademe de pietre scumpe pentru că am ales Iubirea, faptă binecuvântată pentru eternitate.

Mihaela Vica
București

Frustrările noastre nu prea au de-a face cu ceea ce face sau nu face DUMNEZEU ci cu înțelegerea noastră greșită a ceea ce credem că ar trebui să facă EL. Numai când privești în urmă înțelegi cum te-a călăuzit DUMNEZEU. Așa că va trebui să ne încredem în DUMNEZEU, fără a încerca să-I dăm noi sfaturi. Să ne încredințăm viața în mâna LUI, să nu ne bizuim pe puterile noastre. DUMNEZEU să aibă milă de noi şi să ne binecuvânteze, să facă să lumineze peste noi FAȚA LUI...

Ramona Neculai
Bacău

Înviorarea va veni numai ca răspuns la rugăciune - Cea mai mare şi cea mai urgentă dintre toate nevoile noastre este o înviorare a adevăratei evlavii în rândurile noastre. Trebuie să depunem un efort stăruitor pentru a obține binecuvântarea Domnului, nu pentru că Dumnezeu nu este doritor să reverse binecuvântarea Sa asupra noastră, ci pentru că noi suntem nepregătiți să o primim. Tatăl nostru ceresc este mai doritor să le dea Duhul Său cei Sfânt celor ce Îl cer, decât sunt părinții pământești doritori să le dea daruri bune copiilor lor. Cu toate acestea, lucrarea noastră este aceea de a ne mărturisi păcatul, de a ne umili, de a ne pocăi şi de a ne ruga stăruitor, îndeplinind astfel condițiile pe care le-a pus Dumnezeu când a făgăduit că ne va da binecuvântarea Sa. Înviorarea spirituală trebuie să fie așteptată numai ca răspuns la rugăciune.

Emilia Dinescu
Valea Stânii - Argeș

Când totul se năruie în jur și descurajarea pune stăpânire pe tine nu te lăsa pradă deznădejdii ci cazi în genunchi și roagă-te. Crezi că Dumnezeu nu știe prin ce treci tu? Sau te întrebi de ce îngăduie Dumnezeu suferința, necazul și disperarea în dreptul tău? Sunt întrebări la care nimeni nu poate să îți răspundă. Sunt întrebări pe care orice om și le-a pus la un moment dat. Și totuși... Dumnezeu te iubește... Asumă-ți această dragoste și dăruiește-I inima ta plină de deznădejde și întrebări. Chiar dacă nu găsești răspunsuri, Dumnezeu a pregătit rezolvare și El e alături de tine.

(...)

Dacă am conștientiza faptul că această viață scurtă de pe pământ nu este totul, viețile noastre ar fi foarte diferite. Cât de egoiști suntem dacă ne gândim că merităm o viață pământească extraordinară. ÎNTR-O ZI VOM MURI. Nu vom mai avea nimic de spus cu privire la ce am vrut sau ce nu. Nu vom mai putea să ne apărăm. NU VOM MAI AVEA NICI UN CUVÂNT DE SPUS ÎN PRIVINȚA DESTINULUI NOSTRU VEȘNIC. Lucrurile de care eram atașați vor rămâne în urmă, spre a fi prețuite sau distruse de alții. Renunță la egoism și desprinde-te de aceste lucruri fără valoare, pe care nu le poți lua cu tine. Îmbrățișează acele lucruri care privesc viața și evlavia, căci astfel vei îmbrățișa adevărata comoară.

Chiriță Alexandra
Costești - Argeș

Nimeni nu poate să vă elibereze pe drept cuvânt de responsabilitatea dată vouă de Dumnezeu. Harul lui Hristos este esențial în fiecare zi. Doar harul Său fără egal poate scăpa picioarele noastre de cădere. Niciodată să nu renunțați la adevăr pentru a face pe placul cuiva. Fiți hotărâți, fiți fermi, fiți statornici, să nu aveți un cuget îndoielnic. Renunțați fără întârziere la cauza alunecării voastre, pentru că aceasta este păcat împotriva sufletului vostru și împotriva lui Dumnezeu. Nu vă împietriți prin înșelăciunea păcatului.

(...)

Abia atunci când m-am văzut neputincioasă L-am lăsat să intre în viața mea. Iubirea de aproapele și de Dumnezeu este cel mai minunat dar lăsat omului. Nimic nu se compară cu iertarea și pacea pe care le primim de la Tatăl Creator în Domnul Isus Hristos.

Mocanu Jeni
București

Sunt sigur că ai avut încercări sau răni sufletești peste care ți-ai imaginat că nu o să poți trece. Sunt însă lucruri și situații care ne ajută și ne pregătesc pentru viitor. Planurile noastre, de multe ori, nu corespund cu cele ale Creatorului. El ne vrea binele și de aceea le schimbă în favoarea noastră. Dacă ne facem bine treaba în prezent, dacă scopul nostru este să fim doar călători pe acest pământ și dorim să moștenim cerul, Dumnezeu ne devine Prieten, Protector și Călăuzitor. Și încă ceva: FII O BINECUVÂNTARE PENTRU APROAPELE TĂU ȘI VEI FI BINECUVÂNTAT! HRISTOS NE CHEAMĂ SĂ NE UNIM CU EL HRISTOS PLÂNGE.

Andreescu Haralambie
Pucioasa – Maluri, Dâmbovița

"Ce s-ar întâmpla dacă: Dumnezeu nu și-ar face timp să ne binecuvânteze azi pentru că noi nu ne-am făcut timp să-I mulțumim ieri? Dacă S-ar hotărî să nu ne mai conducă mâine pentru că noi nu-L urmăm azi? Nu am mai vedea înflorind nici o floare pentru că am murmurat atunci când a plouat? Dacă ne-ar lua mâine toate cărțile sfinte pentru că noi nu le-am citit azi? Dacă nu ne-ar mai trimite nici un mesaj pentru că noi nu-L ascultăm întotdeauna? Dacă nu ar mai fi trimis pe Domnul Isus pentru că noi credem că putem plăti prețul păcatului nostru? Dacă nu ne-ar mai iubi pentru că noi nu iubim pe cei din jurul nostru? Dacă nu ne-ar mai auzi azi pe noi, pentru că noi nu L-am auzit ieri pe El? Dacă ar răspunde rugăciunilor noastre așa cum răspundem noi când ne cheamă în lucrarea Sa? Dacă iubirea Lui pentru oameni nu ar fi infinită? ...CE S-AR ÎNTÂMPLA DACĂ VIAȚA MEA/TA/DVS, S-AR ÎNCHEIA ASTĂZI???

Vrei să iei un credit de la o IFN?

Iată ce ar trebui să știi înainte

av. DANA BORDEIANU

Instituțiile financiare nebancare (IFN) sunt o alegere tot mai frecventă a românilor care au nevoi financiare pe termen scurt, potrivit statisticilor Băncii Naționale a României (BNR). Spre deosebire de bănci, acestea nu doar că pot acorda credite mult mai mici, dar și mult mai ușor și într-un timp foarte scurt, de cele mai multe ori chiar și online. **Totuși, această alegere ușoară a unui credit de la o IFN trebuie făcută cu precauție.** Pentru asta, Autoritatea Națională pentru Protecția Consumatorului (ANPC) vine în ajutorul potențialilor clienți ai IFN-urilor cu o serie de recomandări foarte utile ce trebuie luate în considerare la încheierea creditului.

Din statisticile BNR reiese că IFN-urile sunt tot mai căutate de români la capitolul creditelor, cu fiecare an ce trece. **Ce oferă acestea?** Credite de consum, ipotecare, imobiliare, microcredite, leasing financiar etc., iar în categoria IFN-urilor intră și casele de amanet și casele de ajutor reciproc, conform *Legii nr. 93/2009 privind instituţiile financiare nebancare*.

Contractele de credit cu o IFN sunt **titluri executorii**, ceea ce înseamnă că cel care e bun de plată și întârzie cu îndeplinirea obligațiilor sale poate fi tradus imediat executorului judecătoresc. Și știm cu toții că asta nu înseamnă nimic de bine pentru datornic. Tocmai de aceea, e important să avem în vedere unele lucruri înainte de a da cu subsemnatul pe un astfel de contract, cu atât mai mult dacă nu se încheie față în față cu un funcționar al IFN-ului, ci cu ecranul calculatorului sau al laptopului.

Potrivit unei informări a ANPC, trebuie să avem în vedere următoarele:

- dacă în contract este precizat corect costul total al creditului;
- trebuie verificată în documente suma totală ce trebuie dată înapoi;
- dacă în contract este menționată valoarea dobânzii, dobânda penalizatoare și dobânda aferentă reeșalonării plătită în avans;
- dacă sunt specificate în contractul de credit ipotezele folosite în calculul dobânzii anuale efective (DAE);
- trebuie verificat dacă dobânda penalizatoare nu e mai mare de trei puncte procentuale peste dobânda curentă;
- să nu existe informații contradictorii în contract;
- dacă în contract sunt menționate alte comisioane decât cele permise de lege (mai exact, să nu existe altele în afară de: comision de analiză dosar, comision de administrare credit sau comision de administrare cont curent, compensație în cazul rambursării anticipate, costuri aferente asigurărilor și, după caz, dobânda penalizatoare, alte costuri percepute de terți, precum și un comision unic pentru servicii prestate la cererea consumatorilor);
- să verifice dacă se specifică clar și concis dreptul de rambursare anticipată și dacă există procedura clară de rambursare anticipată parțială sau totală;
- trebuie cerut un exemplu de calcul DAE;
- trebuie cerut operatorului IFN să ofere informațiile de dinaintea încheierii contractului (precontractuale) privind creditul oferit în termenul legal de 15 zile;
- e nevoie să se ceară graficele de rambursare a creditului în anuități egale sau rate descrescătoare;
- trebuie cerut documentul care dovedește stingerea obligațiilor contractuale (adică că nu mai trebuie plătit nimic);
- e important de verificat ca la un credit de 60 de luni, de exemplu, să nu se plătească 59 de luni doar dobânda, după care se cere, în ultima lună, suma ce a fost împrumutată;

declararea scadenței anticipate trebuie să respecte prevederea legală de 90 de zile;

- nu trebuie oferit comisionul de administrare în avans și în totalitate.

Consumatorii care încheie contracte de credit cu instituţiile financiare nebancare au la dispoziţie, în momentul de faţă, două **posibilităţi de a reclama clauzele abuzive**: prima, să facă o sesizare la ANPC, iar a doua, să ceară instanţelor de judecată să constate caracterul abuziv al unor contracte de credit cu IFN-urile.

-sfârșit-

Sursa: www.avocatnet.ro

Batalia care urmeaza

de Jody Mitic

Devenind soldat a făcut să se nască în mine un sentiment de împlinire și de apartenență. Însă am ignorat până la ce punct viața mea va deveni dificilă, după ce am fost rănit.

În anul 2007, eram caporal șef și conduceam o echipă de trăgători de elită în cadrul Forțelor Armate Canadiene. De abia sărbătorisem împlinirea a treizeci de ani, aflându-mă pe atunci în Afganistan. Am supraviețuit la trei misiuni, pe parcursul a șapte ani și mi-am consacrat toată viața mea de adult de până atunci pregătirii pentru luptă. Cu toate acestea nu am fost totuși pregătit să înfrunt ceea ce urma să mi se întâmple puțin mai târziu.

Eu am moștenit fără doar și poate iubirea mea pentru arme de la unchiul meu Jim, și el fusese desigur membru al Forțelor Armate Canadiene. Îmi amintesc când eram copil, așteptam cu nerăbdare întoarcerea sa acasă în concedii. După ce soneria de la ușă suna el apărea în uniformă, cu mustața sa din totdeauna și cu un urs din pluș, ca dar pentru mine. Jim ne povestea despre viața sa în armată și eu cam înțelegeam destul de bine cât de dificil era acolo. Prezența sa avea o influență profundă și benefică asupra spiritului meu tânăr și impresionabil.

În ansamblu, am avut o copilărie fericită. Dar în 1987, pe când aveam în jur de zece ani și tatăl meu obținuse un post important în Sindicatul muncitorilor din industria de automobile, ne-a dus pe mama, fratele mai mic Cory, pe sora mea mai mare Katie și desigur pe mine, de la Winnipeg (Manitoba), la Brampton, în Ontario. Am avut o mulțime de probleme în a mă adapta la noul sistem școlar din noua provincie. Puțin după aceea, părinții mei s-au despărțit și tata s-a mutat în celălalt capăt al orașului.

La paisprezece ani, eram un mare adolescent, cam înalt, de 1,85 metri și 61 kilograme și sufeream de acnee. Eram foarte deprimat și dintr-o dată am hotărât să fug de acasă. În ziua plecării, le-am lăsat o scrisoare părinților spunându-le că voi pleca pentru totdeauna. Am luat cheile mașinii mamei mele și am fugit cu câțiva tineri pe care-i cunoșteam.

Aveam în minte ideea să mergem în Mexic, dar aventura nu a durat decât patru zile: nu aveam nici o hartă și nici un plan de acțiune și nici măcar pașapoarte și ne apropiam de frontiera cu State Unite ale Americii. Toți banii pe care i-am avut s-au transformat în fum - literal vorbind, pe țigări. Unul din băieți ne-a spus că ar putea să mai obțină alții de la sora sa din Mississauga și am decis să ne îndreptăm spre marele Toronto. Deci pe când el se afla în apartamentul acesteia, câteva ciocănituri în geam ne-au făcut să tresărim. Un polițist îmi făcea semne.

Serviciul pentru minori, i-a incitat pe părinții mei să facă o plângere împotriva mea, dar părinții mei au refuzat să o facă, realizând faptul că ceva nu a mes așa cum trebuie cu educația mea. Dar nu a fost decât mai târziu, când mi-am dat seama cât de mult contează să ai un sentiment de apartenență.

Atunci a fost momentul, când am luat o mare decizie și am făcut un pas în direcția cea bună.

"Am decis să mă ânrolez în armată, ca rezervist, i-am spus mamei mele. Aceasta nu avea să-mi afecteze continuarea studiilor mele. În cursul săptămânii eram elev, iar în week-end, soldat... Numai că, am nevoie de consimțământul tău."

Mama a semnat formularul. Următoarea etapă era să demonstrez că eram înscris la școală. Trebuia să atașez o adeverință cu notele de la școală, la cererea mea. Pentru a o obține, am împrumutat un dolar de la prietena mea.

"Chiar așa? spune ea întinzându-mi moneda. Nu-mi vine să cred că te ajut să mergi să fii omorât."

Am râs. "Noi locuim în Canada, i-am spus. Când a fost ultima bătălie care s-a dat pe teritoriul țării?"

Și astfel totul a început. Îmi amintesc foarte clar, cum tatăl meu plângea în parcarea unui restaurant din Brampton, cu o săptămână înainte de Crăciunul anului 1999.

La douăzeci și doi de ani, am plecat pentru prima mea afectare în străinătate, o misiune de menținere a păcii de șase luni la Kosovo. Regiunea era pe marginea unei crize umanitare din cauza conflictului între armata Republicii Federale Iogoslavia și armata de eliberare din Kosovo. Numărul victimelor, care creștea din zi în zi, depășea 11.000 la acea dată. Mai mult de un milion de locuitori au părăsit zona pentru a se refugia în Albania, Macedonia sau în Muntenegru.

Tatăl meu urmărea știrile: era la curent cu tot ce se întâmpla acolo. În timpul ultimei mese de adio, el era și mai tăcut ca de obicei, în timp ce-și umplea farfuria cu mâncare.

"Plec doar pentru șase luni, i-am spus încercând să-l consolez. Este ca și cum m-aș tunde de șase ori. Sau șase plăți la bancă. Nu este chiar așa mult nu-i așa... "

A încercat să zâmbească pe după lacrimi, luptându-se să-și ascundă grija. Printre militari noi avem o vorbă "Voi puteți să vă angajați voluntari în armată, dar

continuare în pag. 17

continuare din pag. 16

familia voastră este înrolată odată cu voi." Abia atunci am conștientizat acest lucru.

Când m-am întors din Kosovo, în anul 2000, mi-am pierdut iluziile. Experiența a fost așa de plictisitoare - o lungă serie de patrulări fără incidente și seri în așteptare - încât viitorul meu în forțele armate, începuse să nu mă mai entuziasmeze. Am început chiar să mă întreb dacă nu făcusem o alegere greșită.

Dar am perseverat și când contractul meu a fost reînoit pentru încă trei ani, am decis să continui instruirea pentru a-mi atinge obiectivul: să devin un trăgător de elită. Părea așa departe din câte îmi amintesc, era visul meu veritabil, rolul pe care-l așteptam dintotdeauna. Aceasta îmi cerea o mare determinare, eram obligat să acumulez niște competențe rare și eram gata pentru a face orice efort necesar.

Americanii au atacat Irakul în martie 2003. În acea perioadă mă antrenam la o bază militară din Wainwright, în Alberta. Privind ofensiva americană, transmisă în direct la posturile de televiziune, toți gândeam același lucru: nu era decât o chestiune de timp. Cu toate acestea Canada a hotărât să mărească prezența militară în Afganistan.

Am sosit la Kabul în iunie 2003. Am fost repartizat în grupa mobilă de protecție: eram în același timp șofer și gardă de corp pentru civilii sau militarii care aveau nevoie de protecție circulând prin acea regiune.

Într-o zi, conducând mașina, am remarcat că mașinile din fața mea ocoleau un obstacol care se afla în mijlocul străzii. Apropiindu-mă am văzut o femeie; purta o burca albă și ținea un bebeluș în brațe înfășurat într-o pătură. Disperată ea mergea printre mașinile care treceau în viteză pe lângă ea. Pe când eram în dreptul ei mi-am dat seama de ce era așa disperată. Copilul era fără viață.

Scene de acestea erau obișnuite la Kabul. Pe parcursul a multor ani m-am antrenat să devin un soldat capabil și un excelent trăgător de elită. Am învățat să-mi controlez emoțiile, să mă concentrez pe ordine și pe acțiunile pe care le am de realizat. Fiecare zi petrecută acolo, mă ajuta să devin mai insensibil la sărăcia și la mizeria care mă înconjura.

După ce prima mea misiune în Afganistan s-a sfârșit în ianuarie 2004, m-am întors acasă la mine în Petawawa, Ontario. Aș fi vrut să fie adevărat ceea ce ne-au învățat, că după întoarcerea dintr-o misiune, soldatul are nevoie de aproximativ trei luni pentru a se restabili psihologic.

Eram permanent bântuit în gânduri de ceea ce am văzut la Kabul. Imagini grozave mi se derulau permanent în memorie: copii care cerșeau, camaradul meu T.J. rănit grav și plin de sânge, după un atentat, întins pe marginea drumului. Prietena mea spera să-l regăsească pe barbatul pe care l-a văzut plecând cu șase luni mai devreme, însă acum eram un alt om.

În plus, totul în jurul meu părea diferit. Mă simțeam ca pe o altă planetă. Aveam probleme a înțelege

că viața a continuat și fără mine. Oamenii mă întrebau fără încetare: "Ce nu merge bine Jody? Te-ai schimbat." Și aceasta mă descuraja și mai tare, nu pentru că nu aveau dreptate, ci pentru că eu speram să pot depăși mai ușor această perioadă de adaptare. A trebuit să uit de durata perioadei de timp în care era de așteptat să-mi revin. Nu puteam pur și simplu să mă readaptez la viața normală, să sar în mașină și să particip la curse, cum nimic nu s-ar fi întâmplat.

În timpul celei de a doua misiune în Afganistan de la sfârșitul anului 2006, unitatea mea de trăgători de elită, a primit misiunea de a susține soldații canadieni din apropierea lui Sperwan Ghar, o regiune înconjurată de combatanți talibani. În data de 11 ianuarie 2007, cu o săptămână înaintea celei de a 30 aniversări a mele, unitatea mea s-a aflat pe neașteptate la marginea unui sat afgan. Am sperat că efectul surprizei, va face ca dușmanii să se predea fără luptă.

Am ajuns în fața unei breșe dintr-un perete, care dădea acces în sat, prin care ne propusesem să observăm ce se petrece acolo. Eram ultimul din unitatea noastră de patru oameni și nu puteam să văd ce se petrecea în față.

Cum avansam cu grijă privind în jur, la un moment dat piciorul meu drept a atins ceva tare pe pământ și o bulă de foc portocalie mi-a blocat vederea în față. Pentru câteva secunde m-am simțit fără greutate, suspendat în spațiu, apoi am căzut pe pământ. Tot ce am mai simțit a fost gustul de noroi. Apoi durerea mi-a cuprins tot corpul și mi-am pierdut cunoștința.

Când mi-am revenit, un doctor era aplecat deasupra mea. Am avut nevoie de ceva timp pentru a-mi aminti că eram într-un spital aparținând bazei din Kandahar, unde m-au transportat imediat după ce au reușit să mă evacueze din zona de conflict. Toate mi-au revenit în minte dintr-o dată: misiunea, mina antipersonal, durerea. Doctorul mi-a vorbit fără nici un menajament: "A trebuit să-ți amputez ambele picioare."

Câteva zile mai târziu, starea mea era suficient de stabilă pentru a putea fi repatriat. În ziua zborului meu spre Toronto, fiind plin de anticuagulante și analgezice, m-au îmbarcat la bordul unui avion Challenger. Mama, tata, fratele, sora și prietena mea mă așteptau la sosire.

M-au însoțit până la salvarea care trebuia să mă conducă la uni-

continuare în pag. 18

continuare din pag. 17

tatea de reanimare a Spitalului din Sunnybrook. Pe drum o infirmieră, care în realitate era căpitan al forțelor canadiene - se apleca peste

mine și-mi șoptea: "Trebuie să vă previn, nu avem nici o idee despre ce trebuie să facem."

Remarca era revelatoare. Ea dădea tonul la ce urma să fie convalescența mea pe plan administrativ. Căpităneasa a spus adevărul. Ultima data când serviciul de sănătate al armatei canadiene a fost confruntat cu sosirea atâtor răniți de pe front a fost cu cincizeci de ani în urmă.

Când vă pierdeți picioarele se întâmplă un lucru curios: creierul vostru nu-și amintește întotdeauna că ele au dispărut. În unele nopți dorind să mă duc la toaletă, mă ridicam, uitând de accident, pentru a-mi da seama dintr-o dată că nu am picioare să pun pe podea. În revanșă, ziua îmi aminteam neîncetat de ceea ce mi s-a întâmplat.

După două săptămâni petrecute la Sunnybrook, am fost transferat la St. John Rehab, un centru de readaptare, afiliat spitalului. Am primit primele mele proteze în luna martie. Din acel moment am decis că noua mea misiune este - să merg din nou. În armată, când un soldat trebuie să învețe ceva, este trimis la instruire. Și eu așa îmi imaginam noua mea activitate de readaptare.

La început, a mă deplasa era ceva foarte dificil. Utilizând niște bare paralele pentru a-mi susține greutatea, încercam să mă deplasez de la o extremitate la alta. Era o încercare enormă, la care a trebuit să lucrez mult timp. Mama era acolo, împreună cu fizioterapeutul și protezistul care mă supravegheau. Când reușeam să ajung la celălalt capăt, mama plângea, fizioterapeutul plângea, protezistul plângea și eu deasemenea. Cel mai important moment al zilei a fost că am putut urina din nou din picioare.

Câteva luni mai târziu, era clar că armata nu putea să răspundă la necesitățile mele. Desigur mi s-a propus ajutor pentru readaptarea mea, sau pentru a-mi găsi o locuință, dar parcă nimeni nu putea înțelege pe deplin nevoile particulare ale unui soldat revenit de pe front. Nici măcar eu nu eram sigur de ce aveam nevoie. Când totuși am descoperit ce-mi trebuie, am vorbit cu cadrele de la forțele armate, despre mijloacele prin care se poate ameliora soarta soldaților răniți pe timpul convalescenței acestora. Le-am vorbit despre timpii de așteptare, și le-am explicat de ce rapiditatea de a răspunde la nevoile răniților era crucială în unele cazuri. Câteodată, timpul necesar de a junge în capul listei de așteptare pentru un serviciu solicitat, era așa mare, că serviciul respectiv nu mai era necesar la data programată.

Sugestiile mele au părut a fi luate în considerare, deoarece într-o zi am fost invitat să prezint situația mea într-o bază militară a forțelor armate de la Toronto. Aceasta nu s-a petrecut chiar așa cum m-am așteptat. S-a lăsat să se înțeleagă că sunt pasiv și nu prea cooperativ.

Poate era mai ușor să se vadă în mine o problemă, decât dorința de a încerca să se confrunte cu sistemul instituțional, în scopul ajutorării cît mai mult posibile a unui soldat rănit. Armata americană este mai avansată din acest punct de vedere, deoarece face față acestei probleme de mai mult timp. Și astăzi cred că ar trebui copiate cele mai bune metode utilizate de armata vecină, pentru a scuti de stresuri inutile răniții și familiile acestora, pentru ca aceștia să se consacre pe deplin recuperării.

Am părăsit armata în luna iunie 2014. Atleții profesioniști vor spune că regretă două lucruri când se retrag: competiția pe teren și camaraderia în vestiar. Aceleași regrete le au și membrii forțelor armate când trec în rezervă. Adrenalina de pe câmpul de luptă îmi lipsește, precum și activitățile din cazarmă pe care le îndeplineam împreună cu camarazii de arme. Când văd, paradele militare, mă trec frisoane deaorece eu le iubeam foarte mult.

Părăsirea armatei mi-a permis să investesc mai mult timp în rolurile de părinte și soț. Alannah, soția mea, era infirmieră când am întâlnit-o în a doua misiune pe care am avut-o în Afganistan. Avem două fete, Aylah de șapte ani și Kierah de patru. Zic câteodată în glumă, că mi-aș dori să-mi înrolez ficele în armată să guste și ele interesanta viață militară. Ceea ce contează cu adevărat, este că Forțele armate fac din tine o persoană mai umilă și un model de comportament demn de urmat pentru anturaj.

Am avut tot timpul în minte misiunea de a-mi servi patria, iar astăzi comunitatea în care locuiesc. În octombrie 2014, am fost ales consilier municipal al cartierului Innes din Ottawa, unde reprezint 40 000 de elec-

tori. Astfel mi s-a oferit o noua ocazie de a schimba ceva în lumea care mă înconjoară.

De la fereastra biroului meu, pot vedea clădirea Ministerului Apărării Naționale, care se află chiar în fața mea. Această imagine îmi amintește permanent că Forțele Armate vor rămâne totdeauna o parte din mine.

-sfârșit-

Sursa: Selection.ca - februarie 2017
Trimis de **TRAIAN FLOREA** – Canada

Dat fiind termenul de trimitere a revistei la tipografie, scrisorile, sms-urile, e-mail-urile,... voastre trebuie să ajungă la mine până pe data de 25 a lunii de dinainte de luna de apariţie a revistei.

Vă rog mult, pe toţi cei care scrieţi, puneţi-vă numele complet şi adresa!

Mulţumesc mult pentru înţelegere!

Doresc să corespondeze:

Marga

Cine se simte singur și dorește să corespondeze doar prin s.m.s. uri numai despre Dumnezeu, sunt dispusă la orice oră să ne omorâm singurătatea cu lucruri utile și care într-adevăr merită să le vorbim. Despre nimic altceva decât despre Dumnezeu. Aștept acceptul dv. cu nr. de tel. Tel. meu: 0720-718870. Mulțumesc mult. Domnul să fie cu dv. toți!

Vasile

Sunt din Botoșani, am 49 ani, sunt nevăzător și doresc să cunosc o fată nevăzătoare sau cu rest de vedere. Mai multe vom lămuri la telefon. 0742-393839.

Podaru Vasile George

Mă numesc Podaru Vasile George, am 30 de ani, am un handicap ușor, pot să muncesc și doresc să cunosc o fată serioasă, cu un mic handicap fizic, de vârstă apropiată, de religie ortodoxă, pentru prietenie / căsătorie. 0769-866020.

Zaharia Petruț

Mă numesc Zaharia Petruț, am 46 de ani și doresc să cunosc o fată pentru prietenie / căsătorie. 0756-787750.

Constantin

Mă numesc Bălan Constantin, sunt nevăzător, am 43 de ani, necăsătorit, doresc să cunosc o doamnă care să aibă locuință proprie, să nu aibă vicii, să mă accepte și să ne susținem reciproc, pentru căsătorie. Sunt creștin ortodox și doresc să fie tot creștin ortodoxă, indiferent că este pe stil vechi sau nou. 0762-929910

Viorel

Viorel, am 48 de ani, caut o femeie cu vârsta între 40 - 50 de ani. Caut sinceritate, pentru prietenie / căsătorie. Nr. tel 0732-367227 sau 0764-843820

Mihai

Mă numesc Ureche Mihai din Bistrița Năsăud, sunt nevăzător, am 44 ani, doresc să comunic cu fete cu vârsta cuprinsă între 39-45 ani. Nu răspund la bip, sms, numere private. 0762-634167, răspund de luni până vineri de la ora 10 până la ora 22.

Alin – Poiana Mare (Dolj)

Mă numesc Alin, am 30 de ani, am un handicap de vedere. Caut fete cu vârsta cuprinsă între 25-31 ani, ortodoxe sau catolice, serioase. Nu răspund la bip și numere private. Răspund de luni până duminică, între orele 10-23 la următoarele numere: 0762-838531 și 0733-826732. Facebook Cosmin Alin Bădoi.

Alex

Mă numesc Alex, am 27 de ani, sunt din Țigănești - Teleorman, sufăr de Parapareză Spastică, mă deplasez singur cu ajutorul unei cârje de cot, doresc să cunosc o fată de vârstă apropiată pentru prietenie, eventual căsătorie. Mai multe detalii despre mine la telefon 0769-288574. Vă mulțumesc.

Dragoș

Bălan Dragoș, 24 de ani, din Alexandria, jud. Teleorman. Doresc să comunic cu fete care au plăcere și doresc să vorbească cu mine. Să aibă 24-26 ani. Pentru prietenie / căsătorie. Eu am Parapareză spastică, grad grav. Îmi place sportul și să vorbesc. Telefon 0786-936346

Costy

Costy, 53 ani, ortodox, naționalitate rrom, telefon 0786-207380, caut o doamnă cu handicap ușor, de vârstă apropiată pentru căsătorie. Locuiesc în Teleorman. Poate avea și un copil. La telefon, de preferat seara. Insistați sau trimiteți s.m.s.

Deaconescu Adrian Dorel

Mă numesc Deaconescu Adrian Dorel, am 56 ani (n. 12.12.1960), am gr. 2, neuropsihic și doresc să cunosc o doamnă, cu aceeași dizabilitate, gr. 2, neuropsihic, o bună creștină, fără obligații, în vârstă de 48-55 ani, pentru prietenie / căsătorie, din toată țara, dar în mod special din Hunedoara, Timiș, Gorj, Alba, Arad și împrejurimile acestor județe. Persoanele care mă contactează pentru căsătorie să fie de religie baptistă, creștină după evanghelie sau penticostală și vârsta 49-56 ani. Nu răspund la persoane neserioase, doresc o relație pusă pe temelia lui DUMNEZEU și pe seriozitate. 0774-042022.

Viorel

Viorel din Ploiești, șaten, doresc să cunosc o d-nă minionă pentru o relație de lungă durată. Sunt singur, fără copii sau alte obligații. Pot fi contactat la tel. 0724-624757

Sorin

Sorin Sărățeanu, Adventist de Ziua a Șaptea, "autentic". Vârsta 49 ani. Pensionar gradul al II-lea. Doresc a cunoaște o soră credincioasă, cu intenții serioase și vârstă apropiată, pentru prietenie în vederea căsătoriei. Tel. 0760-520492.

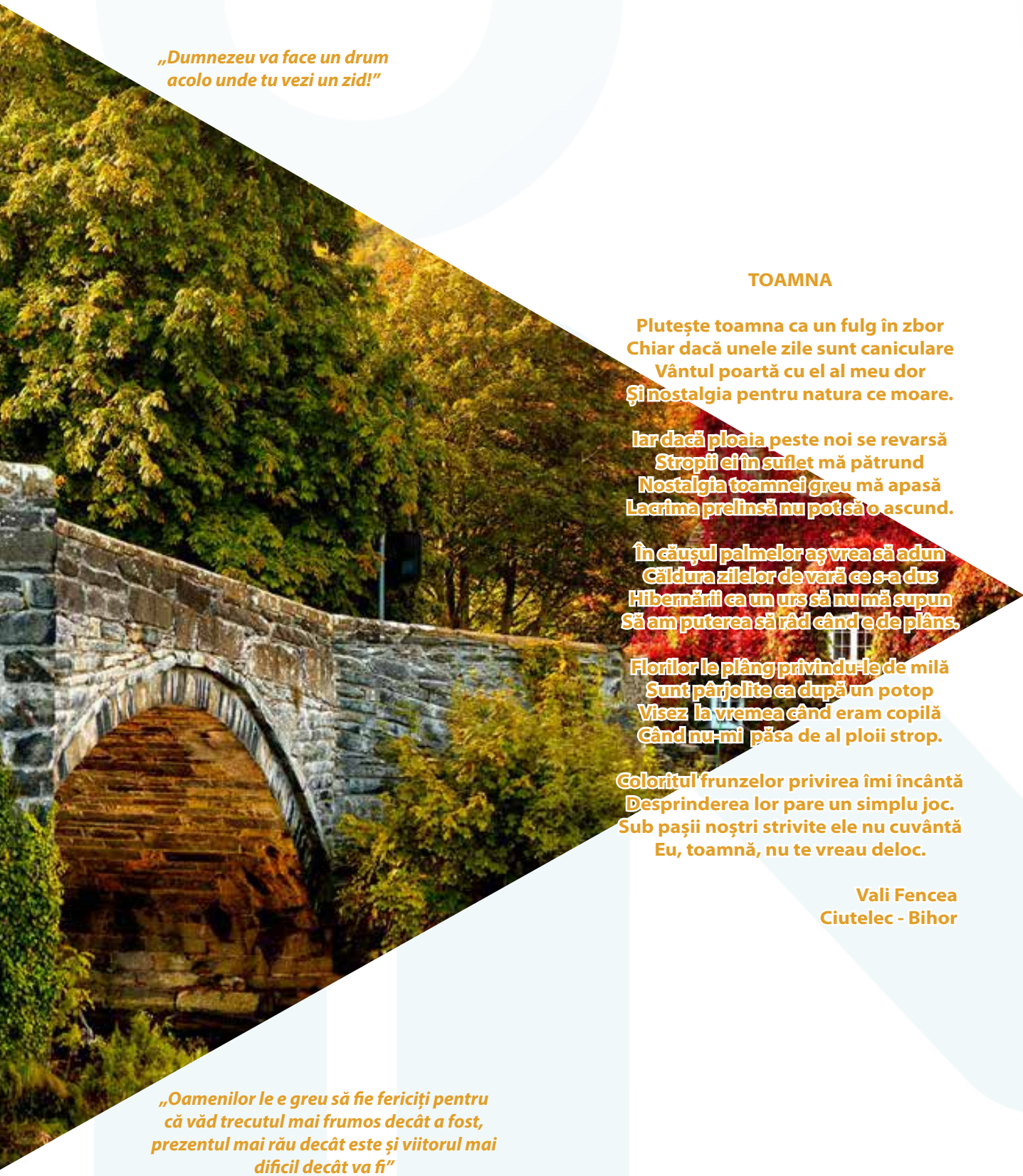
Marius

Bună, mă numesc Marius, 38 de ani, din Prahova. Spre deosebire de alți oameni, am probleme de sănătate și aș vrea să cunosc o fată asemeni mie, să ne alinăm suferința. Mă găsiți pe messenger coroby_marius, skype maricos 26 sau la tel. 0751-495708; 0720-645724 whatsapp

Nota redacției: Responsabilitatea corectitudinii informațiilor din anunțuri, aparține în totalitate autorilor!

P.S. Pentru cei/cele care aleg să sune, rog ca limbajul și modul de exprimare să fie unul caracterizat de respect și bun simț. Îndemn să sune numai cei/cele care au gânduri și planuri serioase în ceea ce privește începerea unei relații.

„Dumnezeu va face un drum acolo unde tu vezi un zid!”



TOAMNA

Plutește toamna ca un fulg în zbor
Chiar dacă unele zile sunt caniculare
Vântul poartă cu el al meu dor
Și nostalgia pentru natura ce moare.

Iar dacă ploaia peste noi se revarsă
Stropii ei în suflet mă pătrund
Nostalgia toamnei greu mă apasă
Lacrima prelinsă nu pot să o ascund.

În căușul palmelor aș vrea să adun
Căldura zilelor de vară ce s-a dus
Hibernării ca un urs să nu mă supun
Să am puterea să râd când e de plâns.

Florilor le plâng privindu-le de milă
Sunt pârjolite ca după un potop
Visez la vremea când eram copilă
Când nu-mi păsa de al ploii strop.

Coloritul frunzelor privirea îmi încântă
Desprinderea lor pare un simplu joc.
Sub pașii noștri strivite ele nu cuvântă
Eu, toamnă, nu te vreau deloc.

Vali Fencea
Ciutelec - Bihor

„Oamenilor le e greu să fie fericiți pentru că văd trecutul mai frumos decât a fost, prezentul mai rău decât este și viitorul mai dificil decât va fi”

Marcel Pagnol

ÎMPREUNĂ